**Лекция 5**

Развитие эмоций. Эмоции и личность

Эмоции проходят общий для всех высших психических функций путь разви­тия — от внешних социально детерминированных форм к внутренним психиче­ским процессам. На базе врожденных реакций у ребенка развивается восприятие эмоционального состояния окружающих его людей. Со временем, под влиянием усложняющихся социальных контактов, формируются эмоциональные процессы.

Наиболее ранние эмоциональные проявления у детей связаны с органически­ми потребностями ребенка. Сюда относятся проявления удовольствия и неудо­вольствия при удовлетворении или неудовлетворении потребности в еде, сне и т. п. Наряду с этим рано начинают проявляться и такие элементарные чувства, как страх и гнев. Вначале они носят бессознательный характер. Например, если вы возьмете на руки новорожденного ребенка и, подняв его вверх, затем быстро опустите вниз, то увидите, что ребенок весь сожмется, хотя он никогда еще не падал. Такой же бессознательный характер носят и первые проявления гнева, свя­занного с неудовольствием, испытываемым детьми при неудовлетворении их потребностей. У одного двухмесячного ребенка, например, было отмечено проявле­ние страха уже при взгляде на лицо отца, намеренно искаженное гримасой. У это­го же ребенка наблюдались гневные морщинки на лбу, когда его начинали дразнить.

У детей также очень рано появляются сочувствие и сострадание. В научной и учебной литературе по психологии мы можем найти многочисленные примеры, подтверждающие это. Так, на двадцать седьмом месяце жизни ребенок плакал, когда ему показывали изображение плачущего человека, а один трехлетний маль­чик бросался на каждого, кто бил его собаку, заявляя: «Как вы не понимаете, что ей больно».

Следует отметить, что положительные эмоции у ребенка развиваются посте­пенно через игру и исследовательское поведение. Например, исследования К.Бюлера показали, что момент переживания удовольствия в детских играх по мере роста и развития ребенка сдвигается. Первоначально у малыша возникает удо­вольствие в момент получения желаемого результата. В этом случае эмоции удо­вольствия принадлежит поощряющая роль. Вторая ступень — функциональная. Играющему ребенку доставляет радость уже не только результат, но и сам про­цесс деятельности. Удовольствие теперь связано не с окончанием процесса, а с его содержанием. На третьей ступени, у детей постарше, появляется предвосхищение удовольствия. Эмоция в этом случае возникает в начале игровой деятельности, и ни результат действия, ни само выполнение не являются центральными в пере­живании ребенка.

Другой характерной особенностью проявления чувств в раннем возрасте явля­ется их аффективный характер. Эмоциональные состояния у детей в этом возра­сте возникают внезапно, протекают бурно, но столь же быстро и исчезают. Более значительный контроль над эмоциональным поведением возникает у детей лишь в старшем дошкольном возрасте, когда у них появляются и более сложные формы эмоциональной жизни под влиянием все более усложняющихся взаимоотноше­ний с окружающими людьми.

Развитие отрицательных эмоций в значительной мере обусловлено неустойчи­востью эмоциональной сферы детей и тесно связано с фрустрацией*.* ***Фрустрация*** — это эмоциональная реакция на помеху при достижении осознанной цели. Фрустрация может быть разрешена по-разному в зависимости от того, преодоле­но ли препятствие, сделан ли его обход или найдена замещающая цель. Привыч­ные способы разрешения фрустрирующей ситуации определяют возникающие при этом эмоции. Часто повторяющееся в раннем детстве состояние фрустрации и стереотипные формы ее преодоления у одних закрепляют вялость, безразличие, безынициативность, у других — агрессивность, завистливость и озлобленность. Поэтому, для избегания подобных эффектов, нежелательно при воспитании ребенка слишком часто добиваться выполнения своих требований прямым нажи­мом. Настаивая на немедленном выполнении требований, взрослые не предостав­ляют ребенку возможности самому достигнуть поставленной перед ним цели и создают фрустрирующие условия, которые способствуют закреплению упрямства и агрессивности у одних и безынициативности — у других. Более целесообразным в этом случае является использование возрастной особенности детей, которая за­ключается в неустойчивости внимания. Достаточно отвлечь ребенка от возник­шей проблемной ситуации, и он сам сможет выполнить поставленные перед ним задачи.

Изучение проблемы возникновения негативных эмоций у детей показало, что большое значение в формировании такого эмоционального состояния, как агрес­сивность, играет наказание ребенка, особенно мера наказания. Оказалось, что дети, которых дома строго наказывали, проявляли во время игры с куклами боль­шую агрессивность, чем дети, которых наказывали не слишком строго. Вместе с тем полное отсутствие наказаний неблагоприятно влияет на развитие детского характера. Дети, которых за агрессивные поступки по отношению к куклам нака­зывали, были менее агрессивны и вне игры, чем те, которых совсем не наказывали.

Одновременно с формированием позитивных и негативных эмоций у детей постепенно формируются нравственные чувства. Зачатки нравственного созна­ния впервые появляются у ребенка под влиянием одобрения, похвалы, а также порицания, когда ребенок слышит со стороны взрослых, что одно — можно, нужно и должно, а другое — нельзя, невозможно, нехорошо. Однако первые представле­ния детей о том, что «хорошо» и что «плохо», самым тесным образом связаны с личными интересами как самого ребенка, так и других людей. Принцип обще­ственной полезности того или иного поступка, осознание его морального смысла определяют поведение ребенка несколько позднее. Так, если спросить четырех­-пятилетних детей: «Почему не следует драться с товарищами?» или «Почему не следует без спроса брать чужие вещи?», — то ответы детей чаще всего учитывают неприятные последствия, вытекающие или для них лично, или для других людей. Например: «Драться нельзя, а то попадешь прямо в глаз» или «Брать чужое нель­зя, а то в милицию поведут». К концу дошкольного периода появляются ответы уже иного порядка: «Драться с товарищами нельзя, потому что стыдно обижать их», т. е. у детей все больше возникает осознание моральных принципов пове­дения.

К началу школьного обучения у детей отмечается достаточно высокий уровень контроля над своим поведением. В тесной связи с этим находится развитие нрав­ственных чувств, например дети в этом возрасте уже переживают чувство стыда, когда взрослые порицают их за проступки.

Следует отметить, что у детей довольно рано обнаруживаются зачатки и дру­гого очень сложного чувства — эстетического. Одним из первых его проявлений надо считать удовольствие, которое дети испытывают при слушании музыки. В конце первого года детям также могут нравиться определенные вещи. Особенно часто это проявляется в отношении игрушек и личных вещей ребенка. Конечно, понимание красивого носит у детей своеобразный характер. Детей больше всего пленяет яркость красок. Например, из четырех предъявленных в старшей группе детского сада изображений лошади: а) в виде схематического наброска штрихами, б) в виде зачерненного силуэта, в) в виде реалистического рисунка и, наконец, г) в виде лошадки ярко-красного цвета с зелеными копытами и гривой — детям больше всего понравилось последнее изображение.

Источником развития эстетических чувств являются занятия рисованием, пе­нием, музыкой, посещение картинных галерей, театров, концертов, кино. Однако дошкольники и учащиеся младших классов в ряде случаев еще не могут должным образом оценить художественные произведения. Например, в живописи они не­редко обращают внимание главным образом на содержание картины и меньше на художественное выполнение. В музыке они больше любят громкий звук с быст­рым темпом и ритм, чем гармонию мелодии. Подлинное понимание красоты ис­кусства приходит к детям лишь в старших классах.

С переходом детей в школу, с расширением круга их знаний и жизненного опы­та чувства ребенка значительно изменяются с качественной стороны. Умение вла­деть своим поведением, сдерживать себя приводит к более устойчивому и более спокойному течению эмоций. Ребенок младшего школьного возраста уже не вы­казывает так непосредственно своего гнева, как ребенок-дошкольник. Чувства детей-школьников не имеют уже того аффективного характера, который показа­телен для детей раннего возраста.

Наряду с этим появляются новые источники чувств: знакомство с отдельными научными дисциплинами, занятия в школьных кружках, участие в ученических организациях, самостоятельное чтение книг. Все это способствует формированию так называемых интеллектуальных чувств. Ребенка, при удачном стечении обсто­ятельств, все больше и больше привлекает познавательная деятельность, которая сопровождается позитивными эмоциями и чувством удовлетворения от познания нового.

Весьма показателен тот факт, что у детей в школьном возрасте меняются жиз­ненные идеалы. Так, если дети дошкольного возраста, находясь главным образом в кругу семьи, в качестве идеала обычно выбирают кого-либо из родных, то с пере­ходом ребенка в школу, с расширением его интеллектуального кругозора в каче­стве идеала начинают выступать уже и другие люди, например учителя, литера­турные герои или конкретные исторические личности.

Воспитание эмоций и чувств человека начинается с самого раннего детства. Важнейшим условием формирования положительных эмоций и чувств является забота со стороны взрослых. Тот ребенок, которому не хватает любви и ласки, вы­растает холодным и неотзывчивым. Для возникновения эмоциональной чуткости также важна ответственность за другого, забота о младших братьях и сестрах, а ес­ли таковых нет, то о домашних животных. Необходимо, чтобы ребенок сам о ком-то заботился, за кого-то отвечал.

Еще одно условие формирования эмоций и чувств у ребенка состоит в том, что­бы чувства детей не ограничивались только пределами субъективных пережива­ний, а получали свою реализацию в конкретных поступках, в действиях и деятель­ности. В противном случае легко можно воспитать сентиментальных людей, спо­собных лишь на словесное излияние, но не способных на неуклонное претворение своего чувства в жизнь.

Эмоции, какими бы они разными ни казались, неотделимы от личности. «То, что радует человека, что его интересует, повергает в уныние, волнует, что представляется ему смешным, более всего характеризует его сущность, его характер, индивидуальность»

Эмоции человека, прежде всего связаны, с его потребностями. Они отражают состояние, процесс и результат удовлетворения потребности. Эту мысль неоднократно подчеркивали практически все без исключения исследователи эмоций. По эмоциям, считали они, можно определенно судить о том, что в данный момент волнует человека, т.е. о том, какие потребности и интересы являются для него актуальными.

Люди как личности в эмоциональном плане отличаются друг от друга по многим параметрам: эмоциональной возбудимости, длительности и устойчивости возникающих у них эмоциональных переживаний, доминированию положительных или отрицательных эмоций. Но более всего эмоциональная сфера развитых личностей различается по силе и глубине чувств, а также по их содержанию и предметной отнесенности. Это обстоятельство, в частности, используется психологами при конструировании тестов, предназначенных для изучения личности. По характеру эмоции, которые у человека вызывают события и люди, судят об их личностных качествах.

Экспериментальным путем было установлено, что на возникающие эмоции большое влияние оказывают не только сопровождающие их вегетативные реакции, но и внушение – пристрастная, субъективная интерпретация вероятных последствий воздействия на эмоции данного стимула. Через психологический настрой, когнитивный фактор оказалось возможным в широких пределах манипулировать эмоциональными состояниями людей. Это лежит в основе разнообразных систем психотерапевтических воздействий, распространенных в нашей стране за последние годы (к сожалению, большинство из них научно не обоснованы и с медицинской точки зрения не проверены).

Вопрос о связи эмоций и мотивации (эмоциональных переживаний и системы актуальных потребностей человека) представляется не таким простым, каким может показаться на первый взгляд. С одной стороны, простейшие виды эмоциональных переживаний вряд ли обладают для человека выраженной мотивирующей силой. Они или непосредственно не влияют на поведение, не делают его целенаправленным, или вовсе его дезорганизуют (аффекты и стрессы). С другой стороны, такие эмоции, как чувства, настроения, страсти, мотивируют поведение, не только активизируя его, но направляя и поддерживая. Эмоция, выраженная в чувстве, желании, влечении или страсти, несомненно, содержит в себе побуждение к деятельности.

Второй существенный момент, связанный с личностным аспектом эмоций, заключается в том, что сама система и динамика типичных эмоций характеризует человека как личность. Особое значение для такой характеристики имеет описание чувств, типичных для человека. Чувства одновременно содержат в себе и выражают отношение и побуждение человека, причем то и другое в глубоком человеческом чувстве обычно слито. Высшие чувства, кроме того, несут в себе нравственное начало.

Одним из таких чувств является совесть. Она связана с нравственной устойчивостью человека, его принятием на себя моральных обязательств перед другими людьми и неукоснительным следованием им. Совестливый человек всегда последователен и устойчив в своем поведении, всегда соотносит свои поступки и решения с духовными целями и ценностями, глубоко переживая случаи отклонения от них не только в собственном поведении, но и в действиях других людей. Такому человеку обычно стыдно за других людей, если они себя ведут непорядочно. Увы, ситуация в нашей стране, что бездуховность реальных человеческих отношений по причине многолетних отклонений в нравственности, связанных с расхождениями в господствующей идеологии и реальном поведении тех, кто ее пропагандировал, стала нормой повседневной жизни.

Эмоции человека проявляются во всех видах человеческой деятельности и особенно в художественном творчестве. Собственная эмоциональная сфера художника отражается в выборе сюжетов, в манере письма, в способе разработки избранных тем и сюжетов. Все это вместе взятое составляет индивидуальное своеобразие художника.

Эмоции входят во многие психологически сложные состояния человека, выступая как их органическая часть. Такими комплексными состояниями, включающими мышление, отношение и эмоции, являются юмор, ирония, сатира и сарказм, которые также можно трактовать как виды творчества, если они приобретают художественную форму. ***Юмор***— это эмоциональное проявление такого отношения к чему-либо или к кому-либо, которое несет в себе сочетание смешного и доброго. Это смех над тем, что любишь, способ проявления симпатии, привлечения внимания, создания хорошего настроения. ***Ирония*** *—* это сочетание смеха и неуважительного отношения, чаще всего пренебрежительного. Такое отношение, однако, еще нельзя назвать недобрым или злым. ***Сатира***представляет собой обличение, определенно содержащее осуждение объекта. В сатире он, как правило, представляется в неприглядном виде. Недоброе, злое более всего проявляется в ***сарказме,***который представляет собой прямую издевку, насмешку над объектом.

Кроме перечисленных сложных состояний и чувств, следует назвать еще ***трагизм****.* Это эмоциональное состояние, возникающее при столкновении сил добра и зла и победе зла над добром, особое человеческое чувство, которое характеризует его как личность, — ***это любовь***. О смысле этого чувства в его высшем, духовном понимании хорошо сказал Ф.Франкл. Настоящая любовь, по его мнению, и представляет собой вступление во взаимоотношения с другим человеком как духовным существом. Любовь является вхождением в непосредственные отношения с личностью любимого, с его своеобразием и неповторимостью.

Человек, который любит по-настоящему, меньше всего задумывается о каких-то психических или физических характеристиках любимого. Он задумывается в основном о том, чем данный человек является для него в своей индивидуальной неповторимости. Этот человек для любящего никем не может быть замещен, каким бы совершенным сам по себе этот «дубликат» ни был.

Настоящая любовь представляет собой духовную связь одного человека с другим подобным ему существом. Она не сводится к физической сексуальности и психологической чувственности. Для того, кто любит по-настоящему, психоорганические связи остаются лишь формой выражения духовного начала, формой выражения именно любви с присущим человеку человеческим достоинством.

Развиваются ли эмоции и чувства в течение жизни человека? Есть две разные точки зрения на этот вопрос. Одна утверждает, что эмоции не могут развиваться, поскольку они связаны с функционированием организма и с такими его особенностями, которые являются врожденными. Другая точка зрения выражает противоположное мнение — о том, что эмоциональная сфера человека, как и многие другие присущие ему психологические явления, развивается.

На самом деле эти позиции вполне совместимы друг с другом и неразрешимых противоречий между ними нет. Для того чтобы убедиться в этом, достаточно связать каждую из представленных точек зрения с разными классами эмоциональных явлений. Элементарные эмоции, выступающие как субъективные проявления органических состояний, действительно изменяются мало. Не случайно эмоциональность относят к числу врожденных и жизненно устойчивых личностных характеристик человека.

Но уже в отношении аффектов и тем более чувств такое утверждение неверно. Все связываемые с ними качества говорят о том, что эти эмоции развиваются.

**Основные понятия и ключевые слова**: эмоции, чувства, центр удовольствия, центр страдания, функции эмоций, интерес, удивление, радость, страдание, пренебрежение, враждебность, страх, тревога, аффект, стресс, настроение, страсть, высшие чувства, моральные чувства, интеллектуальные чувства, эстетические чувства, интеллектуальная теория эмоций, эволюционная теория эмоций, психоорганическая теория эмоций, активационная теория эмоций, когнитивно-физиологическая теория эмоций, информационная концепция эмоций.